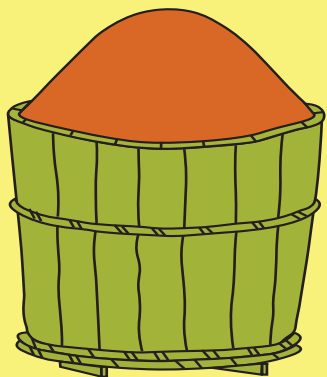


# LA FABRICATION DU MISO DE RIZ LENTILLE BLONDE

## MODE D'EMPLOI



OFFERT PAR :

YOROMISO

11390 CAUDEBRONDE - FRANCE -

WWW.YOROMISO.FR

## - POUR 1 KIT MISO DE RIZ LENTILLE BLONDE DE 3KG -

La fabrication du Miso peut se faire toute l'année, mais la fermentation doit se faire dans une pièce sans grands écarts de température.

- Laver les graines de lentilles et les cuire à la casserole pendant 20-30 minutes. Les graines sont cuites lorsqu'elles s'écrasent entre les doigts.
- Dans un saladier, mélanger le Koji de riz avec 320ml d'eau minérale à 55-60°C et attendre 1H. Ajouter le sel en malaxant bien les ingrédients, puis ajouter les graines de lentilles.
- Broyer le mélange avec un presse-purée, un hachoir manuel ou électrique afin d'obtenir une purée.
- Former des boules de la taille d'une balle de tennis.
- Préparer un seau alimentaire type « olive » ou un pot en grès, placer un sac alimentaire (facultatif) et mettre une couche de boules au fond, les écraser pour ne pas laisser d'air. Faire un autre étage et tasser, recommencer jusqu'à la fin des boules.
- Bien aplatir le haut de votre pâte, répartir deux ou trois pincées de sel dessus. Mettre une feuille de cellophane et une plaque sur le miso, puis déposer un poids de 1-1.5kg sur la plaque. Stocker dans une pièce entre 15°C et 20°C. La marge de température de fermentation est de 0°C à 28°C.
- Lorsque la fermentation de votre miso est terminée (6 mois), enlever les éventuelles moisissures sur le dessus et conserver au frais pendant 2 ans.

